| ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL | PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES<br>FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES SERVICIO CUIDADO TRANSITORIO DÍA-NOCHE | Código: FOR-PSS-517<br>Versión: 1<br>Fecha: Memo I2023036946 - 28/11/2023<br>Pagina: 1 de 1 |
|---|---|---|

| Fecha de ejecución: | 14 | 1 | 2025 | |
|---|---|---|---|---|

| | | | |
|---|---|---|---|
| Unidad Operativa: | Villa Kennedy | | |
| Componente de Atención: | Derechos y ejercicio de ciudadanía | | |
| Línea de Atención: | Fortalecimiento de la autonomía | Profesional a cargo: | Stella García - Psicóloga |
| Nombre de la actividad: | Diario de reflexión | | |

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Promover en las personas mayores el reconocimiento de su condición como sujetos de derechos, que accedan a la información, las rutas, mecanismos y medios suficientes y necesarios para su exigibilidad; lo que a su vez les permitirá avanzar, fortalecer y cualificar el ejercicio pleno de su ciudadanía.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1.Ayudar a los participantes a reflexionar sobre sus experiencias, logros y desafios a lo largo de su vida.
2.Fomentar el uso de la escritura como una herramienta para el proceso de emociones.
3.Proporcionar un espacio para que los participantes compartan sus experiencias y reflexiones.

METODOLOGÍA

| | |
|---|---|
| MOMENTO INICIAL | Se realizará la convocatoria de las personas mayores indicando el lugar de encuentro. Se iniciará con una actividad rompehielo pidiendo a los participantes que cierren los ojos (si se sienten cómodos) o simplemente piensen en un recuerdo felízz de los últimos meses o días. Puede ser algo grande o pequeño, como una conversación agradable, un paseo, una comida especial o un logro personal, se pedirá a los participantes que compartan de forma breve su recuerdo. |
| MOMENTO CENTRAL | Para este momento se explicará de forma breve el propósito de esta actividad indicando que el uso de un diario permite la reflexión personal en cuanto al manejo de sus emociones, experiencias y aprendizajes, se realizarán las siguientes preguntas con el fin de que las personas mayores puedan realizar una breve reflexión en cuanto a su estado de ánimo.<br>¿Qué fue lo mejor que me pasó hoy?,¿Qué aprendí sobre mí mismo/a o sobre los demás?,¿Por qué me siento agradecido/a en este momento? ¿Cómo me siento hoy? ¿Qué situación o persona me hizo sentir feliz recientemente?¿Qué puedo hacer mañana para sentirme más tranquilo/a o satisfecho/a? |
| MOMENTO FINAL | Se agaradecerá a las personas mayores por su participación y se solicitará que den a conocer una palabra o frase que resuma lo que se llevan de esta experiencia (por ejemplo, “gratitud”, “inspiración”, “reflexión”). |

RECURSOS

| | |
|---|---|
| Espacio amplio<br>Mesas<br>Sillas<br>Preguntas | Personas mayores<br>Talento humano |

Posterior a la convocatoria de las personas mayores se dará a conocer el objetivo del encuentro y la forma en la cual será desarrollado, se solicitó que se ubicaran de forma comoda dentro del espacio se pidió que de forma voluntaria quien quisiera podría cerrar los ojos y pensaran en un recuerdo felíz que hayan tenido en los últimos días en este momento algunos de ellos resaltan como momentos felices el compartir en algunas actividades dentro y fuera del servicio, la última salida realizada por el CCT en el mes de diciembre, las novenas que pudieron compartir, refieren que recuerdan estos momentos como algo significativo que aunque fueron cortos quedan sensaciones positivas en sus recuerdos.
En cuanto a las preguntas diseñadas para el segundo momento del encuentro se evidencia que la mayoría de los participantes muestran un adecuado estado de ánimo sin embargo en la pregunta relaconada con lo que pueden hacer mañana para sentirce más tranquilos o satisfechos quisieran tener un mayor contacto con sus referentes familiares, en cuanto a la pregunta respecto a como se sienten indican que agradecen la oportunidad que tienen al contar con el servicio sin embargo quisieran estar en mejores condiciones a nivel económico y emocional ya que al no contar con un espacio fijo o propio de vivienda se genera malestar ante la opción de poder quedar desprotegidos en la calle.En cuanto a la experiencia que se llevan con el encuentro del día de hoy la gran mayoria manifiesta que es un espacio de reflexión que les permitió evaluar su actual situación, consideran que en su actual situación es un poco difícil retomar la vida laboral lo cual les afecta de forma significativa al generar una dependencia económica que los limita de forma significativa, se concluye que por medio del encuentro se logró generar un momento de ntrospección en el cul cada uno de los participantes pudo evaluar su actual situación y actitud ante los momentos gratos de su vida, se finaliza agradeciendo al grupo por su participación reforzando la idea de generar nuevas espectativas ante su proyecto de vida.

FUDESOL
Fundación Social Para el Desarrollo Humano
Nit: 900 295 709 -3

**CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO DIA – NOCHE VILLA KENNEDY 8225/2024**

| **FECHA:** 14/01/2025 | **NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:** FORTALECIMIENTO DE LA AUTONOMIA DIARIO DE REFLEXIÓN | **RESPONSABLE:** Stella García Psicóloga |
|---|---|---|










